



CONTACT IMPROVISATION

1 ET 2 OCTOBRE 2016

avec Anne Expert

Le temps, l'espace du corps

...fluides et contenus

Notre présence incorporée est par nature fluide, cellulaire et circulante, c'est une base précieuse pour ressentir, écouter et communiquer au point de contact, habités d'une plénitude, d'une vitalité toujours là.

Arrivés sur la terre, nous apprenons à nous relier à elle et à la repousser pour nous mettre en mouvement, à organiser et synchroniser notre centre avec notre colonne, à développer notre espace personnel pour atteindre au-delà. L'intelligence et la tenségrité de nos tissus, os, muscles, fascias, nerfs et organes nous soutiennent.

Ce stage part de l'envie de laisser dialoguer dans nos danses notre nature fluide et notre nature contenue, l'envie de retrouver des schèmes de mouvement partagés par les êtres vivants sur la planète, pour nourrir nos mouvements, nos chutes et nos élans, nos matières, sur la terre et dans l'espace.

Laisser grandir pendant deux jours l'authenticité de nos présences, la qualité d'un espace partagé, improvisé et composé dans l'instant.

Les propositions seront inspirées des matières du Body-Mind Centering®, avec la présence de la nature environnante, et le Mouvement Authentique.

Lieu :

Les Ailes de Bernard

4 rue Peyronnet

42220 Saint-Julien-Molin-Molette

Horaires :

Samedi 1 : 11h - 18h

Dimanche 2 : 10h - 17h

Tarif : 85,- euros / 80,- réduit*

**Adhérents Jam'in Lyon, personnes sans revenus*

Hébergement possible au gîte de Ste Blandine

Inscription avant le 24 septembre 2016



Tout niveau d'expérience en CI

Informations pratiques et inscription: Anne Expert - anne.expert@wanadoo.fr - 06 73 59 30 83

Pour confirmer votre inscription, merci d'envoyer vos coordonnées, de joindre un chèque de 30 euros d'arrhes à l'ordre d'Autant d'Equilibres, et de préciser si vous souhaitez un hébergement en gîte, à Anne Expert, 31 rue du Lac, 69003 Lyon.

LE CONTACT IMPROVISATION



C'est un langage sensible et engagé qui a des points communs avec les arts martiaux, la capoeira... une danse improvisée initiée aux Etats-Unis par Steve Paxton en 1972.

Le CI naît de l'écoute et du contact physique entre les danseurs, c'est une exploration des dialogues spontanés se jouant entre les corps en mouvement. Chacun apprend à faire confiance aux lois physiques en jeu, à rencontrer la gravité et à jouer avec la désorientation, l'élan, la suspension... tout en établissant son propre centre comme base à partir de laquelle entrer en relation.

Il me parle d'être ensemble, de la relation ouverte qui se crée entre nos corps en mouvement, entre nos matières, notre environnement et tout ce que nous sommes dans l'instant.

Il nous rend présents tout en nous soustrayant d'une performance, d'une esthétique extérieure.

J'aime la grande énergie vitale à laquelle cette danse nous relie, la qualité des rencontres, la liberté du mouvement, l'abandon aux flux, aux chutes, au momentum.

Plusieurs années de pratique, de danses, de rencontres avec des enseignants inspirés -Nancy Stark Smith, Kirstie Simson, Joerg Hassmann, Urs Stauffer...-, soutiennent mon approche et mon plaisir intact de partager le Contact Improvisation depuis 2005. *Anne Expert*

CYCLE D'ATELIERS À LYON

au studio des Hériveaux, Lyon 8^{ème}

- **En Contact Improvisation**

Le lundi soir, de 19h30 à 21h30, à partir du 19 septembre 2016

- **En Body-Mind Centering®**

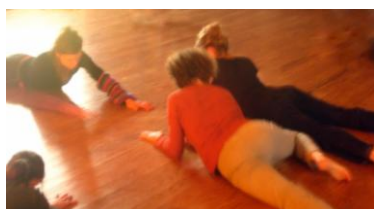
Le mercredi matin, de 9h30 à 12h30, à partir du 21 septembre 2016

Nourrir une base de présence cellulaire - Habiter les différents systèmes corporels, leurs qualités de mouvement et leur état d'esprit - Incorporer le processus de développement embryonnaire qui sous-tend le présent du corps.

PROCHAIN STAGE DE CONTACT IMPROVISATION

à St-Julien-Molin-Molette **LES 6, 7, 8 MAI 2017**

CYCLE DE FORMATION



Matières, Arts Somatiques - Accompagnement et Création

Cycle de formation en pratiques somatiques

soutenu et structuré par l'approche du Body-Mind Centering®,
l'apport du Contact Improvisation et de la communication perceptuelle.

Huit modules répartis sur deux années, informations détaillées sur demande.

21 au 25 août 2016, 1 au 6 novembre 2016, 1 au 5 mars 2017, 21 au 26 mai 2017...

www.artssomatiques.com

Body-Mind Centering® et BMC® sont des marques de service déposées, propriétés de Bonnie Bainbridge Cohen, utilisées avec permission.

Crédit photo - P. Tessier, A. Expert